

# 看護大いきいきサロン通信

第15巻 第2号 2024年10月10日発行

「いきいきサロン」は、健康に関心のある**地域の皆様**と、  
**看護や医療等の専門家との交流の場**として、平成21年度から開催してきました。  
今回の通信では先日開催した第3回～第4回の内容と、第5回以降の予定をご紹介します。  
今後も皆様からのご要望や、健康に関する世の中の動き等に合わせ  
**いきいきと生活していく**ことを応援するテーマを準備しお待ちしております。

## 第3回 7月18日

危険な「やせ薬」から子供の知能まで  
～甲状腺について



新潟県立看護大学  
生物・医学教授  
石井 角保 先生

本年度3回目のいきいきサロンは、76名の方にご参加いただきました。

皆様からのアンケートでは、『甲状腺の話はテレビ等で聞く機会が少ないので話を聞けて良かった。』『もしかしたら、と考える機会になった。』といったお声をいただきました。

## 第4回 9月19日

自分のところに寄り添う  
ストレスマネジメントの秘訣



富山大学附属病院  
看護師  
安達 寛人 先生

本年度4回目のいきいきサロンは、94名の方にご参加いただきました。

皆様からのアンケートでは、『ストレスは悪いものだけではないと考えることができた。』『ちょっとしたことで悩み落ち込んでしまうので対処法を試してみたい。』といったお声をいただきました。

今後も皆様のご参加をお待ちしております。

【今後のいきいきサロン】各回 18:30～19:30 本学ホールにて ※事前申込制、参加費無料

日時	講師	テーマ
10/17(木)	吉岡内科クリニック 糖尿病看護認定看護師 武田 織枝 先生	糖尿病性腎症にならないための生活習慣
11/21(木)	上越地域医療センター病院 上越地域帯状疱疹治療センター長 川崎 政紀 先生	带状疱疹について-予防と治療-